



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Spinatsalat mit Sesam-Riesencrevetten

Kräuterfilet mit Mais-Hirse-Polenta

Schokoladen-Kokos-Souffle mit Erdbeeren

Zutaten:

Zubereitung:

Schokoladen-Kokos-Souffle mit Erdbeeren

2 TL	Butter
	Zucker
10 g	Butter
15 g	Mehl
1.5 dl	Kokosmilch
40 g	Schokolade schwarz
1 EL	Kakaopulver
2 EL	Zucker
2 Stk.	Eigelb
3	Eiweiss
1 Msp.	Backpulver
	Kokosraspel
250 g	Erdbeeren

Vier Souffléförmchen mit Butter einfetten und mit Zucker ausstreuen. Butter in der Pfanne schmelzen. Mehl beifügen, kurz dünsten. Kokosmilch dazugeben und unter ständigem Rühren aufkochen bis die Sauce bindet.

Schokolade kleinhacken. Kakaopulver und Zucker beifügen und rühren, bis sich die Schokolade aufgelöst hat.

Etwas auskühlen lassen und Eigelb unterrühren.

Eiweiss mit dem Backpulver steif schlagen und sorgfältig unter die Masse ziehen.

Masse in die vorbereiteten Förmchen füllen. Im auf 180°C vorgeheizten Ofen auf der untersten Rille 25-30 Minuten backen.

Soufflé mit Kokosraspel bestreuen und mit frischen Erdbeeren servieren.